

Согласовано
Ио директора ГКОУ «Нижнечирская школа-интернат»

Перфилова
О.Н. Перфилова



Утверждаю: ИП Батракова О.В.
Утверждаю: ИП Батракова О.В.

Утверждаю _____



с меню для обеспечения бесплатным пятиразовым питанием обучающихся 12-18 лет

16 ноября 2023 г.

| Примем пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| 1 день | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337 | 1шт | 5,4 | 4,9 | 0,3 | 67,1 | 337 | 2004 |
| КАША МОЛОЧНАЯ МАГНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ №311 | 250 | 7,0 | 9,2 | 41,8 | 279,0 | 311 | 2004 |
| КАКАО С МОЛОКОМ №382 | 200 | 3,8 | 3,0 | 24,5 | 141,1 | 382 | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70 | 5,1 | 0,4 | 34,0 | 160,8 | | |
| Итого за прием пищи: | 565 | 21,3 | 17,5 | 100,6 | 648,0 | | |
| II Завтрак | | | | | | | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338/2011 | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | 338 | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | | |
| Обед | | | | | | | |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ | 100 | 1,6 | 0,1 | 8,9 | 42,8 | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) №139 | 250 | 5,7 | 4,0 | 18,9 | 134,6 | 139 | 2004 |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ ТТК №78 | 100/30 | 19,4 | 12,0 | 3,5 | 128,1 | ТТК №78 | |
| РИС ОТВАРНОЙ ТТК №69 | 180 | 4,5 | 13,5 | 46,8 | 327,3 | ТТК №69 | |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53 | 200 | 0,4 | 0,0 | 20,4 | 84,0 | ТТК №53 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | | |
| Итого за прием пищи: | 980 | 39,8 | 30,5 | 151,6 | 970,1 | | |
| Полдник | | | | | | | |
| ВАТРУШКА С ЦОВИДЛОМ №741 | 150 | 9,3 | 4,4 | 94,5 | 455,2 | 741 | 2004 |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ ТТК №54 | 200 | 0,1 | 0,0 | 16,7 | 69,5 | ТТК №54 | |
| Итого за прием пищи: | 350 | 9,4 | 4,4 | 111,2 | 524,7 | | |
| Ужин | | | | | | | |
| ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ ТТК №60 | 100/30 | 17,9 | 20,0 | 19,3 | 296,5 | ТТК №60 | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) №516 | 200 | 7,5 | 5,9 | 45,2 | 262,6 | 516 | 2004 |
| ЧАЙ С САХАРОМ №685 | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 60,5 | 685 | 2004 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70 | 5,1 | 0,4 | 34,0 | 160,8 | | |
| Итого за прием пищи: | 600 | 30,7 | 26,3 | 113,5 | 780,4 | | |
| Всего за день: | | 102,0 | 91,8 | 495,9 | 3 014,4 | | |
| Зав. производством _____ | | | | | | | |

Согласовано

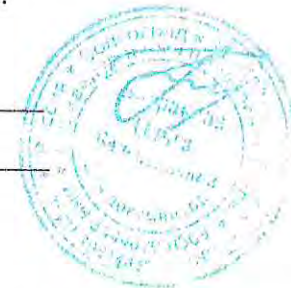
Ио директора ГКОУ «Нижнечирская школа-интернат»

Перфилова
О.Н. Перфилова



Утверждаю: ИП Батракова О.В.

Утверждаю: ИП Батракова О.В.



меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 7-11 лет

16 ноября 2023г.

1 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Яйцо вареное вкрутую №337 | 1шт | 5,5 | 5,0 | 0,3 | 68,6 | 337 | 2004 |
| Каша молочная манная жидкая с маслом №311 | 200 | 5,6 | 7,4 | 33,6 | 223,0 | 311 | 2004 |
| Какао с молоком №382 | 200 | 3,8 | 3,0 | 24,5 | 141,1 | 382 | 2011 |
| Хлеб пшеничный | 60 | 4,5 | 0,4 | 29,2 | 137,8 | | |
| Итого за прием пищи: | 505 | 19,4 | 15,8 | 87,6 | 570,5 | | |
| Обед | | | | | | | |
| Кануста квашеная | 60 | 0,9 | 0,1 | 5,3 | 25,7 | | |
| Суп картофельный с бобовыми (горох) №139 | 200 | 4,6 | 3,3 | 15,2 | 107,7 | 139 | 2004 |
| Рыба, тушеная в томате с овощами ТТК №78 | 90/30 | 17,9 | 11,1 | 3,5 | 119,5 | ТТК №78 | |
| Рис отварной ТТК №69 | 150 | 3,8 | 12,4 | 38,9 | 283,3 | ТТК №69 | |
| Компот из смеси сухофруктов ТТК №53 | 200 | 0,4 | 0,0 | 20,4 | 84,0 | ТТК №53 | |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | | |
| Хлеб пеклеванный | 50 | 3,2 | 0,4 | 20,6 | 98,9 | | |
| Итого за прием пищи: | 830 | 34,5 | 27,6 | 128,2 | 833,9 | | |
| Всего за день: | | 53,9 | 43,4 | 215,8 | 1 404,4 | | |

Зав. производством _____

Согласовано
 Ио директора ГКОУ «Нижнечирская школа-интернат»

Перфилова
 О.Н. Перфилова



Утверждаю: ИП Батракова О.В.
 Утверждаю: ИП Батракова О.В.



меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет

16 ноября 2023г.

1 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337 | 1шт | 5,4 | 4,9 | 0,3 | 67,1 | 337 | 2004 |
| КАША МОЛОЧНАЯ МАГНИЯ ЖЕЛТКАЯ С МАСЛОМ №311 | 250 | 7,0 | 9,2 | 41,8 | 279,0 | 311 | 2004 |
| КАКАО С МОЛОКОМ №382 | 200 | 3,8 | 3,0 | 24,5 | 141,1 | 382 | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70 | 5,1 | 0,4 | 34,0 | 160,8 | | |
| Итого за прием пищи: | 565 | 21,4 | 17,6 | 100,6 | 649,5 | | |
| Обед | | | | | | | |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ | 100 | 1,6 | 0,1 | 8,9 | 42,8 | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) №139 | 250 | 5,7 | 4,0 | 18,9 | 134,6 | 139 | 2004 |
| РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ ТТК №78 | 100/30 | 19,4 | 12,0 | 3,5 | 128,1 | ТТК №78 | |
| РИС ОТВАРНОЙ ТТК №69 | 180 | 4,5 | 13,5 | 46,8 | 327,3 | ТТК №69 | |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53 | 200 | 0,4 | 0,0 | 20,4 | 84,0 | ТТК №53 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | | |
| Итого за прием пищи: | 980 | 39,8 | 30,5 | 151,6 | 970,1 | | |
| Всего за день: | | 61,2 | 48,1 | 252,2 | 1 619,6 | | |

Зав. производством _____